



COMO REFERENCIAR ESSE ARTIGO

VOLPI, José Henrique; VOLPI, Sandra Mara. **Psicologia Corporal – um breve histórico.** Curitiba: Centro Reichiano, 2003. Disponível em: www.centroreichiano.com.br. Acesso em: ____/____/____.

PSICOLOGIA CORPORAL – UM BREVE HISTÓRICO

**José Henrique Volpi
Sandra Mara Volpi**

RESUMO

A Psicologia Corporal é uma abordagem humana que busca compreender todo ser vivo como uma unidade de energia que contém em si dois processos paralelos: o psiquismo (mente) e o soma (corpo). Dedicar-se a estudar as manifestações comportamentais e energéticas da mente sobre o corpo e do corpo sobre a mente. Objetiva reencontrar a capacidade do ser humano de regular a sua própria energia, e, por consequência, seus pensamentos e emoções, podendo alcançar uma vida mais saudável.

Palavras-chave: Desenvolvimento. Ludoterapia. Reich.

A Psicologia Corporal é uma abordagem humana que busca compreender todo ser vivo como uma unidade de energia que contém em si dois processos paralelos: o psiquismo (mente) e o soma (corpo). Dedicar-se a estudar as manifestações comportamentais e energéticas da mente sobre o corpo e do corpo sobre a mente.

Objetiva reencontrar a capacidade do ser humano de regular a sua própria energia, e, por consequência, seus pensamentos e emoções, podendo alcançar uma vida mais saudável.

A Psicologia Corporal tem suas raízes em Wilhelm Reich (1897-1957), médico vienense e colaborador de Freud que, ao romper com a Psicanálise, criou sua própria Escola, segundo a qual pensamento e emoção são indissolúveis e influenciam-se mutuamente.

Foi com base nos trabalhos iniciais de Reich que diversos outros cientistas continuaram com o desenvolvimento de estudos e pesquisas sobre a relação mente-corpo e sobre a energia orgone criando, até mesmo, a sua própria escola:

Pós-reichianos: são aqueles que vieram depois de Reich, dando continuidade aos trabalhos do mestre, revendo, acrescentando, atualizando, modificando, etc, mas sem perder o pensamento original e tampouco desconsiderar a lei do desbloqueio das couraças que pede que o trabalho seja feito sempre no sentido céfalo-caudal, começando pelo primeiro segmento (ocular) e seguindo em direção ao último (pélvico). Essa lei de desbloqueio segue o mesmo percurso da energia (céfalo-caudal). Dentre os diversos Orgonoterapeutas pós-reichianos encontramos Ola Raknes (Noruega), Walter Hoppe (Israel), Elsworth Baker (Estados Unidos), Federico Navarro (Itália), José Henrique Volpi (Brasil), etc.



COMO REFERENCIAR ESSE ARTIGO

VOLPI, José Henrique; VOLPI, Sandra Mara. **Psicologia Corporal – um breve histórico.** Curitiba: Centro Reichiano, 2003. Disponível em: www.centroreichiano.com.br. Acesso em: ____/____/____.

Neo-reichianos: são aqueles que vieram depois de Reich e que modificaram a proposta de trabalho psico-corporal sem levar em conta a lei do desbloqueio das couraças no sentido céfalo-caudal. Também criaram a sua própria teoria e formaram escolas independentes. Dentre todas essas escolas consideradas neo-reichianas a que mais se destaca pela sua seriedade e competência, é a de Alexander Lowen (Estados Unidos), chamada de Análise Bioenergética, da qual faz parte Sandra Volpi (Brasil), etc.

A Orgonomia de Wilhelm Reich

Wilhelm Reich

Considerado "pai" das Psicoterapias Corporais, Wilhelm Reich entende o ser humano como uma das expressões da energia que chamou orgone, uma energia que preenche todo o espaço cósmico e se expressa em diferentes concentrações, movimento e formas.

Enquanto psicanalista e aventurando-se na compreensão da sexualidade e psicogênese das neuroses, Reich se deparou com as dificuldades encontradas por muitos pacientes em obter a "cura" através dos métodos tradicionais de análise. Concluiu então, que se tratavam de resistências provindas do caráter de cada paciente, às quais eram expressas não somente em termos de conteúdo, mas também de forma, através do comportamento típico de cada um, o modo de falar, andar, gesticular, etc. Dessa forma, o trabalho analítico tornava-se mais completo quando o caráter do paciente era analisado como um todo e não apenas a análise do sintoma isolado. Isso levou Reich a tirar o paciente do divã para sentar-se frente a frente, distanciando-se do papel passivo do analista e intervindo de forma mais ativa e direta sobre todos os processos patológicos do paciente. Assim nasce a técnica da análise do caráter.

O caráter de uma pessoa se forma com base nos bloqueios sofridos nas etapas do desenvolvimento psico-emocional. Desde o momento da fecundação, o bebê atravessa algumas etapas em seu desenvolvimento que serão decisivas para a formação de seu caráter. Um estresse sofrido em uma ou mais etapas irá determinar o tipo ou traço de caráter e conseqüentemente a forma de funcionar dessa pessoa perante a vida.

As etapas representam momentos de passagem que induzem à incorporação de experiências vividas e determinam a entrada e a saída de um momento a outro. Se a criança passar por todas as etapas sem bloqueios, estresses, fixações, chegará à adolescência com uma estrutura de caráter denominada por Reich de caráter genital. Caso contrário, terá um caráter neurótico, cuja estrutura será de acordo com a etapa em que ficou fixada.



COMO REFERENCIAR ESSE ARTIGO

VOLPI, José Henrique; VOLPI, Sandra Mara. **Psicologia Corporal – um breve histórico.** Curitiba: Centro Reichiano, 2003. Disponível em: www.centroreichiano.com.br. Acesso em: ____/____/____.

Veremos como acontece o estresse nas etapas do desenvolvimento e como se dá a formação do caráter.

A primeira etapa é recebe o nome de etapa de sustentação (VOLPI & VOLPI, 2002). Vai desde o momento da fecundação até os primeiros 10 dias após o nascimento. Uma gestação indesejada, estressante, parto a fórceps, com sofrimento fetal ou um abandono da criança nos primeiros 10 dias de vida por qualquer motivo, vai gerar um estresse que ficará registrado não só a nível psíquico como também a nível corporal. Conseqüentemente teremos a formação de um traço de caráter chamado por Navarro (1995) de Núcleo Psicótico cuja característica é de uma pessoa confusa em seus pensamentos, idéias e emoções, que não tem objetivos claros na vida, que não faz contato, etc. São pessoas que apresentam as doenças de pele como alergias, dificuldade de contato físico, astigmatismo, anorexia e outras biopatias.

A segunda etapa, denominada de etapa de incorporação (VOLPI & VOLPI, 2002), começa com o nascimento e vai até o desmame. Diz respeito ao período da amamentação que deveria ser o mais saudável possível porque além de incorporar o leite materno o bebê incorpora a própria mãe, com sua disponibilidade, aceitação e proteção. Uma amamentação sem qualidade, sem disponibilidade ou um desmame precoce ou tardio (depois dos 10 meses de vida), gera um estresse e um bloqueio nessa etapa do desenvolvimento. Como resultado teremos uma estrutura ou traço de caráter oral ou chamado por Navarro de borderline, cuja característica básica é a depressão. São pessoas dependentes, que querem mais receber do que dar, que buscam algo ou alguém para estar agarrado, etc. Dentre as doenças biopáticas que aparece encontramos o bruxismo (ranger dos dentes), a bulimia (comer e vomitar), etc.

A terceira etapa recebe o nome de etapa de produção (VOLPI & VOLPI, 2002) que tem seu início com o desmame e se estende até o final do terceiro ano de vida. Um bloqueio nessa etapa é responsável pela formação do caráter ou traço de caráter psiconeurótico (NAVARRO, 1995), onde temos o masoquista quando a mãe é severa, repressora, punitiva e coloca a criança sempre numa posição de humilhação; ou o caráter ou traço obsessivo-compulsivo, quando a mãe é exigente com a ordem e limpeza, é moralista, etc. Dentre as várias biopatias encontramos aquelas relacionadas aos intestinos, hemorróidas, etc.

A quarta etapa é chamada de etapa de identificação (VOLPI & VOLPI, 2002). Tem início a partir do quarto ano de vida e a energia da criança está voltada para a descoberta dos genitais e diferença entre os sexos. Um bloqueio nessa etapa é responsável pela formação do caráter ou traço chamado de caráter neurótico (NAVARRO, 1995) onde encontramos o fálico-narcisista e o histérico. Aqui podemos encontrar os problemas de ordem sexual (vaginismo, ejaculação precoce, etc), miomas uterinos e muitos outros.



COMO REFERENCIAR ESSE ARTIGO

VOLPI, José Henrique; VOLPI, Sandra Mara. **Psicologia Corporal – um breve histórico.** Curitiba: Centro Reichiano, 2003. Disponível em: www.centroreichiano.com.br. Acesso em: ____/____/____.

A quinta e última etapa recebe o nome de etapa da formação do caráter (VOLPI & VOLPI, 2002), que tem início aos cinco anos de vida e se estende até a adolescência, época em que a formação da estrutura básica de caráter se completa. Aqui encontramos o caráter genital que passa a ser um ideal a ser alcançado durante o processo psicoterápico. Ao nosso ver essa estrutura de caráter não existe, mas pode ser tomada como um caráter de referência. O que podemos ter são momentos de genitalidade, mas jamais um caráter genital.

A atitude de Reich de tirar o paciente do divã e querer dar a sua contribuição à técnica psicanalítica de forma a modificá-la, foi tomada pelos psicanalistas como um afronto, motivo esse que levou Reich a afastar-se daquela escola e a usar oficialmente o nome de Economia Sexual para sua nova teoria, que segundo ele era "uma disciplina independente, com seus próprios métodos de pesquisa e a sua própria substância de conhecimento" (REICH, 1986, p. 13). Dela faz parte a técnica da análise do caráter, um trabalho sistemático orientado ao corpo, que coloca em evidência os processos emocionais do indivíduo, permitindo a este que se expresse através de gestos, posturas, tom de voz, etc. Partindo da análise do caráter, uma operação psíquica que procede de acordo com um plano definido, desenvolvido a partir da estrutura peculiar do paciente (REICH, 1995, p. 273), chega-se às profundezas do inconsciente, podendo ir além da compreensão da linguagem falada.

O trabalho sistemático com a técnica da análise do caráter levou Reich à descoberta da couraça muscular, tensões crônicas que se formam ao longo da vida, cuja função é proteger o indivíduo de experiências dolorosas e ameaçadoras. Isso fez com que a análise do caráter deixasse de ser uma terapia somente psicológica e passasse a ser diretamente ligada ao corpo, ao sistema neurovegetativo, o que deu origem à técnica da vegetoterapia caracteranalítica, incluindo num só conceito, o trabalho nos aparelhos psíquico e físico. Para uma melhor compreensão pedagógica, Reich então mapeou o corpo em sete segmentos de couraças, a saber: ocular, oral, cervical, torácico, diafragmático, abdominal e pélvico, que impedem o livre fluxo energético e, para compensar, o corpo adota novas posturas (olhos arregalados, tensão no maxilar, desvios na coluna, etc).

O corpo contém a história do indivíduo e é através dele que a vegetoterapia busca resgatar as emoções mais profundas. Seu princípio básico é o "restabelecimento da mobilidade biopsíquica através da anulação da rigidez (encouraçamento) do caráter e da musculatura" (REICH, 1986, p. 17), mediante movimentos específicos (actings), seguidos sempre da análise dos conteúdos verbalizados pelo paciente.

O trabalho de desbloqueio das couraças (vegetoterapia) tem início pelo primeiro segmento (ocular) e segue em direção ao último (pélvico). Permite assim o livre fluxo



COMO REFERENCIAR ESSE ARTIGO

VOLPI, José Henrique; VOLPI, Sandra Mara. **Psicologia Corporal – um breve histórico**. Curitiba: Centro Reichiano, 2003. Disponível em: www.centroreichiano.com.br. Acesso em: ____/____/____.

energético e uma mudança física e caracterológica quando conseguimos eliminar a base geral caracterológica e biofísica dos sintomas individuais, ou seja, a neurose de caráter. Busca, em outras palavras, restabelecer a total capacidade de pulsação do organismo como um todo.

Atraído pelo fato de que os movimentos reflexos do corpo humano que apareciam quando no desbloqueio das couraças, tinham uma imensa semelhança ou até mesmo ser idênticos ao movimento dos protozoários observados em microscópios, Reich iniciou uma série de pesquisas que posteriormente, revelaram a existência de uma energia não só dentro como também fora do organismo, à qual denominou orgone.

Reich descobriu ser possível concentrar a energia orgone através de um aparato próprio denominado "acumulador de orgônio", construído com material orgânico (algodão, lã, bucha vegetal...) que acumula energia orgônio da atmosfera e material inorgânico (palha de aço, zinco, ferro galvanizado...) que a acumula e a expelle. Do acumulador de orgônio surgiu a **manta orgonótica** que tem as mesmas propriedades do acumulador.

Com isso, surgiu a necessidade de uma maior amplitude do termo vegetoterapia para orgonoterapia, que tem por objetivo reencontrar a capacidade de auto-regulação do organismo e, por conseqüência, seus pensamentos e emoções. Assim, a Economia Sexual, que era apenas uma disciplina consolidou-se como uma ciência natural, cujo objetivo é estudar a energia e suas funções dentro e fora do organismo. Seu nome passou a ser, então, Orgonomia. (VOLPI, 2000, p. 17).

Portanto, um Orgonoterapeuta Clínico é aquele profissional (psicólogo ou médico) treinado pelas escolas pós-reichianas a fazer uso das técnicas da análise do caráter, vegetoterapia e orgonoterapia propriamente dita.

Federico Navarro

A Orgonoterapia teve sua sistematização feita por Federico Navarro, neuropsiquiatra italiano que, a pedido de Reich por intermédio de Ola Raknes, desenvolveu uma metodologia específica para o desbloqueio das couraças. A metodologia desenvolvida por Navarro segue um rigoroso protocolo de desbloqueio da couraça iniciando pelo segmento ocular e finalizando com o trabalho sobre o segmento pélvico. A duração de uma sessão de orgonoterapia é de aproximadamente 1 hora e 30 minutos e o tempo de tratamento varia de pessoa para pessoa, sendo necessário em média 80 sessões para o tratamento completo.



COMO REFERENCIAR ESSE ARTIGO

VOLPI, José Henrique; VOLPI, Sandra Mara. **Psicologia Corporal – um breve histórico.** Curitiba: Centro Reichiano, 2003. Disponível em: www.centroreichiano.com.br. Acesso em: ____/____/____.

Para os casos que exigem uma maior urgência, utilizamos a Orgonoterapia Breve Focal que atua de acordo com a problemática e a disponibilidade de tempo do paciente para o tratamento.

A Análise Bioenergética de Alexander Lowen

Alexander Lowen

Criada nos anos 50 e tendo como seu principal fundador Alexander Lowen, a Análise Bioenergética é uma abordagem neo-reichiana que teve seu berço nos Estados Unidos. Surgiu da identificação de Lowen com as idéias reichianas a respeito do corpo e das emoções, tais como a influência que o corpo exerce sobre a vida emocional e vice-versa e a contenção da respiração como uma forma de controle sobre o metabolismo orgânico e, conseqüentemente, sobre a sensação e a expressão das emoções.

A Análise Bioenergética parte da compreensão da personalidade em termos de corpo, acreditando que os processos energéticos determinam o que acontece em ambos, personalidade (mente) e soma (corpo). A identidade funcional do caráter psíquico com a estrutura corporal ou atitude muscular é a chave da compreensão da personalidade, já que nos permite ler o caráter a partir do corpo e explicar uma atitude corporal por meio de seus representantes psíquicos e vice-versa. Quando se fala em "energia" no âmbito da abordagem bioenergética, a referência é exatamente à energia biológica, que é dinâmica, fluindo e pulsando. Esta energia é sentida pelo corpo como um movimento interno que, em estado de equilíbrio, é tido como agradável, expressando-se em bem-estar.

A Bioenergética acredita que a energia está envolvida em todos os processos da vida movimentos, sentimentos e pensamentos - e que se manifesta numa unidade, representada pela carga e pela descarga, ou, em outros termos, pelo ritmo natural de se abrir, ir ao encontro de algo/alguém e afastar-se, fechar-se. Esse movimento estabelece ciclos: parte de uma necessidade, de um desejo que busca satisfação no ambiente, e que ao ser satisfeito, permite um relaxamento. Por exemplo, se você sente fome, esteja em que situação estiver, seu corpo começará a manifestar o desconforto causado pela sensação; sua atenção em outras atividades poderá ficar prejudicada, uma vez que seu corpo necessita do alimento. A atitude é então de buscar satisfação. O corpo todo prepara-se para essa ação, a nível muscular, a qual desencadeará o contato com o ambiente e, uma vez concretizada, restabelecerá o equilíbrio no organismo, proporcionando relaxamento. Outro exemplo pode ser a busca de expressão do



COMO REFERENCIAR ESSE ARTIGO

VOLPI, José Henrique; VOLPI, Sandra Mara. **Psicologia Corporal – um breve histórico.** Curitiba: Centro Reichiano, 2003. Disponível em: www.centroreichiano.com.br. Acesso em: ____/____/____.

amor. Mais uma vez, o corpo demonstrará sua necessidade, e a atitude será a de buscar satisfação. O corpo se prepara, entra em contato com o ambiente e somente relaxará depois de ter alcançado seu objetivo. Neste sentido, entre a carga e a descarga, deve haver equilíbrio. O ser humano deve - ou deveria - ser capaz de "ouvir" a si mesmo, respeitando suas necessidades, e agir em busca da satisfação. Entretanto, muitas vezes esse ciclo de necessidade - ação - satisfação - relaxamento, ou seja, o ciclo de carga e descarga, está inibido em sua totalidade ou em fases isoladas. A Bioenergética se propõe, então, a identificar os bloqueios, liberá-los e superá-los, atuando simultaneamente sobre carga e descarga, nos exercícios corporais e em situações do dia a dia.

O aumento do nível de energia através da respiração e dos movimentos proporciona a auto-expressão e restaura o fluxo de sentimentos corporais. A atuação, na Análise Bioenergética, se dá sobre o funcionamento energético atual do indivíduo e sobre sua história de vida, acreditando que ambos estão correlacionados.

Um dos principais pressupostos da Análise Bioenergética é que a meta essencial da vida é o prazer, e nunca a dor. O sentimento de prazer é a percepção de um movimento expansivo, como um fluxo de sentimento e energia que se dirige para a periferia do corpo. Parte do coração em direção aos pontos de contato com o mundo: olhos, boca, pele, mãos, pés e genitais.

A contração, por sua vez, é experiência de dor, de fechamento e de retraimento. O organismo direciona toda sua busca à satisfação prazerosa, no contato com o mundo. Caso se encontre ameaçado, o resultado é a contração e, por conseqüência, a dor. A musculatura se encarrega de conter a excitação. Quando a musculatura falha, surge a ansiedade. A promessa de prazer associada à possibilidade de dor gera a angústia latente em todos os distúrbios neuróticos e psicóticos, na visão da Bioenergética.

Desta forma, diante do mundo e desde a mais tenra infância, as pessoas armam-se com suas defesas formando assim as chamadas couraças - psíquicas e físicas - deixando de sentir ansiedade ou dor, mas por outro lado, pagando o preço de se tornarem incapazes de sentir prazer.

De acordo com a história de vida de cada pessoa, uma atitude psíquica será assumida perante o mundo e esta atitude será corroborada por uma postura física. Pela atitude e pela postura, a energia e o próprio corpo da pessoa ficam comprometidos, estabelecendo-se definitivamente o caráter ao final da adolescência, ou seja, tendo-se completado as fases do desenvolvimento psico-emocional. Daí a importância da teoria do desenvolvimento para a Análise Bioenergética. É com fundamentos nessa teoria, estruturada por vários autores a partir



COMO REFERENCIAR ESSE ARTIGO

VOLPI, José Henrique; VOLPI, Sandra Mara. **Psicologia Corporal – um breve histórico.** Curitiba: Centro Reichiano, 2003. Disponível em: www.centroreichiano.com.br. Acesso em: ____/____/____.

de Reich, e tomando como base as idéias psicanalíticas a esse respeito, que a Bioenergética adota uma tipologia própria, a qual, muito longe de ser um mero instrumento diagnóstico classificatório, é base para a compreensão do ser humano, através de seus traumas, conflitos internos, atitudes, corpo e movimento energético. É através do desenvolvimento que se chega à criança interior do paciente, resgatando sua possibilidade de crescimento e saúde.

Assim, vê-se ao longo das fases de desenvolvimento, características típicas, psíquicas e físicas, que se revelam na forma como uma pessoa compreende a si própria e a seu corpo e como entra em contato com o meio (situações ou pessoas).

Na primeira fase do desenvolvimento, que, na Psicologia Corporal, é denominada ocular, encontra-se a postura que se revela na frase: "Minha vida está na minha cabeça." Para as pessoas que são regidas por essa postura, pensamentos, vontades, idéias são de suma importância. A espontaneidade não se faz presente, uma vez que é representante das emoções e estas não são consideradas. O contato com o meio é deficitário e, uma vez que as emoções são desvalorizadas, o contato com o corpo também é comprometido. Essas características se devem ao fato de que o trauma que essa pessoa vivenciou dizia respeito ao seu próprio direito de existir; seu conflito interno será justamente entre existir e ter necessidades (um bebê que não tem necessidades, principalmente físicas, não corre o risco de se ver abandonado à própria sorte e ter sua existência ameaçada). No ciclo carga-descarga não há percepção das próprias necessidades e desejos, pois esses não deveriam sequer existir. Energeticamente, há um bloqueio que separa a cabeça do resto do corpo, e tal bloqueio pode ser percebido a nível físico, através de uma forte tensão na nuca. O objetivo da Análise Bioenergética, nesses casos, em que o caráter é denominado esquizóide, será o de restabelecer o contato com o próprio corpo, com as próprias necessidades, com a auto-expressão e por fim, com o meio circundante.

Na segunda fase - oral - cujo tipo de caráter recebe a mesma denominação, a postura será: "Eu preciso de...". A sensação das pessoas bloqueadas nessa fase é de perene carência, de vazio interior. Falta-lhes força para concretizar a ação que levará à satisfação de suas necessidades. Fisicamente e energeticamente isto se concretiza: não há substância muscular, não há força. O caráter oral tende a esperar que outras pessoas lhe satisfaçam, mas como a sensação de vazio permanece, tendem a se sentirem eternamente decepcionados. Seu trauma se deu sobre o direito de receber suporte, na amamentação, e sua necessidade permanece, às custas de sua independência, o que irá caracterizar seu conflito interno. Na Análise Bioenergética, o trabalho dará ênfase à aceitação da própria realidade e ao desenvolvimento da força para satisfazer a si próprio.



COMO REFERENCIAR ESSE ARTIGO

VOLPI, José Henrique; VOLPI, Sandra Mara. **Psicologia Corporal – um breve histórico.** Curitiba: Centro Reichiano, 2003. Disponível em: www.centroreichiano.com.br. Acesso em: ____/____/____.

A terceira fase do desenvolvimento emocional, denominada anal, dá possibilidade de manifestação de dois tipos de postura.

A primeira delas é a de que "Eu sou o maior, o melhor, o mais belo". A vivência traumatizante foi de sedução por um dos genitores, o que levou essa pessoa a tornar-se um adulto antes do tempo. Na verdade, tais pessoas assumem a imagem que um dos genitores tem dela, imagem essa que se traduz em sucesso, em ser especial, melhor que os outros. Permanecem narcisicamente atrelados a essa imagem, a qual encobre uma sensação de menos valia. Seu corpo assume a imagem, destacando-se a parte superior e sacrificando-se o contato com o chão. Há aqui uma evasão em relação aos sentimentos: esse caráter - psicopático - percebe seus sentimentos, mas os negligencia, e portanto, não busca satisfação para as necessidades do corpo. Sua existência submete-se ao ego, absolutamente engrandecido. Assim, seu conflito girará em torno de submeter-se às vontades egóicas e de se entregar ao próprio corpo, aos próprios sentimentos, o que gera uma grande inflexibilidade e uma necessidade de manipular o ambiente para não se mostrar frágil. Na Análise Bioenergética, o foco deverá estar sobre o resgate das sensações e no abandono da imagem e da manipulação (sobre si mesmo e sobre o ambiente).

A segunda postura revela: "Eu não agüento mais". Para essas pessoas, há uma sobrecarga constante; assumem tarefas em excesso, exigem muito de si mesmas, não há consciência dos limites (físicos e emocionais). Assim o são também energética e fisicamente. Parecem sempre estar a ponto de explodir - e eventualmente explodem. Seu trauma deve-se ao fato de, na fase anal, terem sido humilhadas com relação à alimentação e à defecação: ficou claro que essas pessoas não sabem nada a respeito de si mesmas, que quando e quanto uma criança come, quando e quando defeca, é determinado por seus genitores. Assim, carregam para a idade adulta essa sensação de que os outros é que devem lhe dizer o que, como, quando e quanto fazer. O masoquista - nome dado a esse caráter - submete-se, abdica de sua independência. Esse é seu conflito interno. Não respeita suas próprias necessidades, tanto emocionais quanto físicas. O sentimento é exteriorizado através de lamentações, as quais são uma forma de expressar a raiva por ter sido tão severamente controlado. O trabalho da Análise Bioenergética será o de liberar as contenções impostas às próprias sensações, e o estabelecimento de limites internos.

A quinta e última postura é resultado de comprometimentos na quarta fase do desenvolvimento, a fase fálica. Caracteriza-se pela afirmação: "Eu não posso mostrar fraqueza". A sensação é de que deixar transparecer os próprios sentimentos é ser vulnerável,



COMO REFERENCIAR ESSE ARTIGO

VOLPI, José Henrique; VOLPI, Sandra Mara. **Psicologia Corporal – um breve histórico**. Curitiba: Centro Reichiano, 2003. Disponível em: www.centroreichiano.com.br. Acesso em: ____/____/____.

dado que na sua história, ao demonstrar o amor pelo genitor do sexo oposto, a criança foi rejeitada, traída. Por isso, o maior bloqueio, a nível físico, é nas partes do corpo capazes de expressar emoções e de efetivamente senti-las. Há uma rigidez no contato. Justamente, o nome dado a esse caráter é rígido. No ciclo carga-descarga o que se apresenta sob bloqueio é a capacidade de entrega à satisfação das próprias necessidades e de relaxamento. O conflito interno está entre sentir e entregar-se às sensações. Por isso, a Análise Bionérgica deverá focalizar a entrega e a expressão.

Vale lembrar que as características de cada um dos tipos acima descritos devem ser respeitadas; as couraças são vistas, segundo a Bioenergética, como a melhor solução que a criança encontrou no momento em que se sentiu ameaçada. As couraças têm valor de sobrevivência e conferem a identidade. A proposta desta modalidade terapêutica é dissolver as couraças nos espaços em que ela se tornou desnecessária. Segundo Alexander Lowen, um guerreiro precisa de sua armadura para enfrentar a guerra, mas não necessariamente para viver todos os momentos de sua vida, seu dia a dia.

Livre das couraças, pode-se alcançar o que a Análise Bioenergética estabelece como os três objetivos da terapia: 1) Auto-conhecimento; 2) Auto-expressão; 3) Auto-posseção.

REFERÊNCIAS

HOFFMANN, R. & Gudat, U. **Bioenergética**. Liberar a energia vital. Porto Alegre: Kuarup, 1997.

NAVARRO, F. **Caracterologia pós-reichiana**. São Paulo: Summus, 1995.

REICH, W. **La biopatía del cáncer**. Buenos Aires: Nueva Visión, 1985.

REICH, W. **Análise do Caráter**. São Paulo: Martins Fontes, 1995.

REICH, W. **A Função do Orgasmo**. São Paulo: Brasiliense, 1986.

VOLPI, J. H. **Psicoterapia Corporal - Um trajeto histórico de Wilhelm Reich**. Curitiba: Centro Reichiano, 2000.

VOLPI, J. H. & VOLPI, S. M. **Crescer é uma aventura!** Desenvolvimento emocional segundo a Psicologia Corporal. Curitiba: Centro Reichiano, 2002.